



## Köstliches aus dem CULINARIUM ALPINUM

### Kakisalat mit Federkohl, Buchweizen und Kürbiskern-Vinaigrette

#### Zutaten

Für den Salat:

- 2 reife Kakis
- 200g Buchweizen
- 200g Federkohl
- 1 kleine rote Zwiebel
- 2 EL geröstete Kürbiskerne

Für die Kürbiskernöl Vinaigrette:

- 4 EL Kürbiskernöl
- 2 EL Apfelessig (oder ein anderer milder Essig)
- 2 TL Senf
- 2 TL Honig
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Rezept CULINARIUM ALPINUM  
Gastroteam  
Beda Röthlisberg

#### Viel Freude beim Zubereiten

Den Buchweizen nach Packungsanweisung kochen. In einem Verhältnis von 1:2 mit Wasser zum Kochen bringen und bei niedriger Hitze 10–12min. köcheln lassen. Danach abgiessen und abkühlen lassen.

Den Federkohl von den dicken Stielen befreien und die Blätter in kleinere Stücke zupfen oder schneiden. Den Kohl mit den Händen kräftig massieren, um ihn zarter zu machen.

Die reifen Kakis waschen und in dünne Scheiben oder Würfel schneiden.

Die rote Zwiebel schälen und in feine Ringe oder Halbringe schneiden.

Vinaigrette:

In einer kleinen Schüssel das Kürbiskernöl, den Apfelessig, Senf und Honig gut miteinander vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



# Kaki

## Die Frucht des Sternenlichtes?

Im Restaurant CULINARIUM ALPINUM im ehemaligen Kapuzinerkloster dreht sich alles um die regionale Küche, die täglich für Sie aufs Neue kreativ interpretiert und serviert wird. Die verwendeten Produkte stammen vorwiegend aus Nidwalden, Obwalden und den angrenzenden Zentralschweizer Kantonen, vorzugsweise aus biologischem Anbau. Produkte aus der Schweiz und dem Alpenraum ergänzen das Angebot.

**CULINARIUM ALPINUM**

Mürgstrasse 18 | CH-6370 Stans | +41 41 619 17 17 | [culinarium-alpinum.ch](http://culinarium-alpinum.ch)



TRADITION BEWAHREN  
GENUSS ERLEBEN  
ZUKUNFT NACHHALTIG GESTALTEN



TRADITION  
&  
WISSEN

## Kaki - die neue alte Exotin?

### **Kaki, Persimone, Kostata, Lotus-pflaume, Dattelpflaume oder Frucht des Sternenlichtes**

Lotuspflaumen kennen die meisten wahrscheinlich nur aus dem Supermarkt. Von Herbst bis über die Weihnachtszeit sind diverse Sorten von weither erhältlich. Doch dass eine Reihe dieser Sorten auch bei uns wachsen und fruchten, ist dagegen eine spannende Neuigkeit.

Von kirschgrossen Lotusfrüchten bis über 8cm grossen orangeroten Früchten, die beim ersten Hinsehen an Tomaten erinnern, gibt es alle möglichen Variationen. Es gibt rund 500 verschiedene Arten von Kaki, welche vorwiegend in den Tropen und Subtropen vorkommen. Neuestens aber auch bei uns in der Schweiz. Unter anderem bei uns in der Essbaren Landschaft.

Die Kakipflanze zählt zu den ältesten Kulturpflanzen Asiens. In Japan war die süsse Frucht bis um das Jahr 1900 die wichtigste Frucht überhaupt. Im Westen verbreitete sich die Frucht erst zwischen dem 17. und 19. Jahrhundert. In den vergangenen 100 Jahren wuchs das Interesse an einer kommerziellen Produktion in den mediterranen Regionen Europas, in Israel, Südafrika, Nord- und Südamerika, Australien, Neuseeland und der Schweiz extrem.

Quellen aus dem Buch: 555 Obstsorten für den Permakultur Garten und -balkon (Löwenzahnverlag) / Möglichkeiten des Kaki-Anbaus auf der Alpennordseite (SCHWEIZ. Z. OBST-WEINBAU Nr. 17/05, Agroscope FAW Wädenswil)

### **Anbau & Ernte**

Die Kakipflanze bevorzugt einen guten, tiefen Lehmboden in der Sonne oder im Halbschatten. Die Kaki gedeiht aber generell auf den meisten Böden. Die Böden dürfen allerdings nicht sehr sauer oder schlecht entwässert sein.

Die Früchte der Kaki reifen erst sehr spät, meist erst nach dem Blattabfall. So hängen an den laublosen Bäumen noch spät im Herbst die leuchtend orangeroten Früchte, die durchaus als zierend einzustufen sind.

Die grösste Herausforderung ist die lange Reifezeit im Herbst, die die Früchte brauchen. Nach der Ernte werden die Kakis am besten an einem trockenen und dunkeln Ort gelagert. Sie können bis zu 5 Monate gelagert werden.

**Tipp für eine Schnellreife:** Die geernteten und noch unreifen Kakis reifen schneller in Gesellschaft von Äpfeln. Dies aufgrund des vom Apfel produzierenden Ethylens (Reifungsgas).

### **Wissenswertes - mit oder ohne Schale?**

Die meisten Menschen, die Lust darauf haben, den süssen Geschmack dieser exotischen Frucht zu geniessen, stellen sich normalerweise die Frage, ob sie die Kakis schälen müssen?

Je nach Vorlieben und Geschmack können die süssen Kakis sorgenlos mit oder ohne Schale gegessen werden.

Wenn sich die Kakis tief orange färben und den ersten Frost überstanden haben, sind die Früchte direkt ab Baum geniessbar.

Die Kaki Frucht halbiert man mit dem Messer und löffelt das sehr weiche, vollreife Fruchtfleisch aus oder man schneidet sie in Stücke.

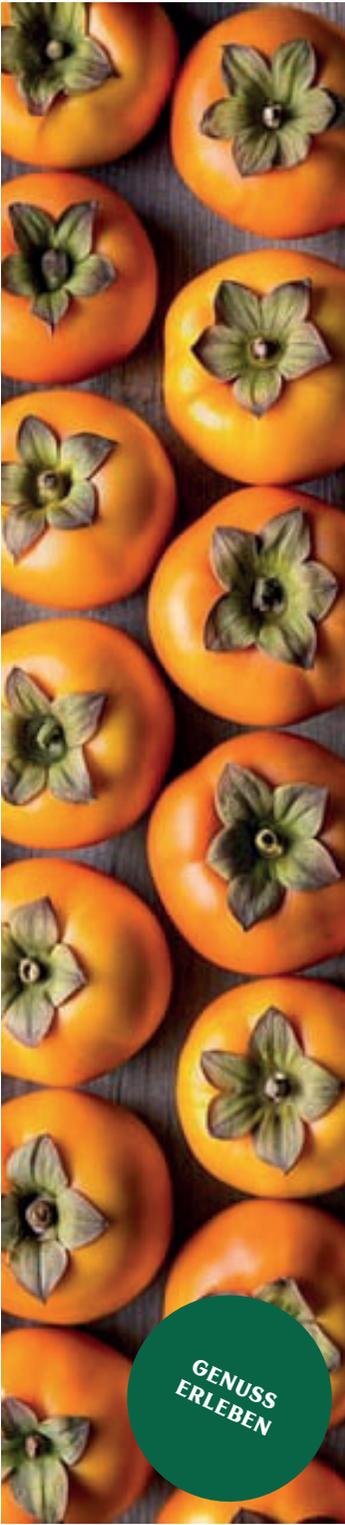
Kakifrüchte stellen eine Besonderheit innerhalb der Obstarten dar. Hier bedeutet gutes Aussehen nicht unbedingt guter Geschmack. Kakis schmecken anfangs herb und adstringierend (zusammenziehend/bitter). Erst wenn sie beinahe überreif sind, entfalten Kakis ihr so köstliches Aroma. Wichtig: Sie können nur in vollreifen Zustand genossen werden.

Man kann das auszulöffelnde Fruchtfleisch auch mit etwas Zusatz von Likör oder Weinbrand geniessen. Auch zu Obstsalaten, Kompotten, Konfitüren, Mus, Sirup etc. lässt sich das Fruchtfleisch verarbeiten.

In Ostasien werden Kakis als Trockenobst geschätzt und unter der Bezeichnung 'Kakifeigen' sogar exportiert. Dazu werden sie – ähnlich wie Feigen – an der Sonne getrocknet. Dabei kristallisiert der Zucker aus und bedeckt die trockenen Früchte. Ähnlich wie dies von getrockneten Feigen bekannt ist. Im Orient wird aus den Früchten sogar ein Fruchtmehl hergestellt und gehandelt.

Schweizer Kaki erleben durch die getrocknete Kaki einen Aufschwung.

Nicht vollausgereifte Früchte weisen einen extremen pelzigen, astringierenden Geschmack auf.



GENUSS  
ERLEBEN